

Yoga Trampoline

EN



*The maximum user weight is 100 Kg

***Please check the legs of the trampoline are firmly installed.**

IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

USER'S MANUAL

Product Size: Ø102cm (Ø40")

Attention: The trampoline must be assembled by an adult according to the assembly instructions and inspected before first use.

Attention: Follow the manufacturer's instructions when jumping with/without shoes

Attention: Empty your pockets and hands before jumping

Attention: Always jump in the middle of the mat, not on the sides.

Attention: Do not eat while jumping

Attention: Each jump should not exceed 30 minutes, and at least 10 minutes of rest is required

Attention: Be sure to close the network port before jumping

Trampolines cannot be buried underground

Trampolines should not be installed on concrete, asphalt or any other hard surface or near incompatible features (e.g., paddling pools, slides, climbing structures)

Any modifications made by the consumer to the original trampoline (such as adding accessories) must be done in accordance with the manufacturer's instructions.

Maintenance Instructions

During the winter months, snow and extremely low temperatures may damage the trampoline, and it is recommended to clear the snow and store the mat and shell indoors.

Replace nets and pad regularly every 1 year, and check whether the structure is stable to ensure safety

SAFETY INSTRUCTIONS

1. Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injuries.
2. All trampoline type exercises must be done with the Fitness Trampoline in the flat position.
3. All purchasers and all persons using the Fitness Trampoline must become familiar with the manufacturer's recommendations for proper assembly, use and care of the Fitness Trampoline.
4. The owner and supervisors of the trampoline are responsible to make all users aware of the Safety Instructions.
5. Place the Fitness Trampoline on a level surface before use.
6. Inspect your Fitness Trampoline before each use. Make sure the safety pad is in place. Replace any worn, defective, or missing parts.
7. The Fitness Trampoline is not a toy. Do not allow children to use the Fitness Trampoline. Keep small children and pets away from the Fitness Trampoline at all times (including assembly).
8. Make sure to provide adequate clearance for ceilings, ceiling lights, ceiling fans, wires and tree limbs. Failure to provide adequate head clearance can result in head or neck injury.
9. Place the Fitness Trampoline away from walls, structures, fences, play areas, furniture and other exercise equipment. Maintain a clear space on all sides of the trampoline. Remove all obstructions from beneath the Fitness Trampoline.
10. Good traction is very important using the Fitness Trampoline. Bare feet are acceptable but we recommend good footwear with rubber non-skid soles.
11. The Fitness Trampoline should be used by only one person at a time.
12. Do not attempt any gymnastic or acrobatic maneuvers on the Fitness Trampoline. Use the Fitness Trampoline only as described in this manual.
13. Always store the Fitness Trampoline indoors in a dry place and make sure that the surface of the bed is always dry before using.
14. Secure the Fitness Trampoline against unauthorized and unsupervised use. The Fitness Trampoline is for consumer use only. Public or semipublic use is not allowed.

WARNING: Before starting any exercise or conditioning program you should consult with your personal physician to see if you require a complete physical exam. This is especially important if you are over the age of 35, have never exercised before, are pregnant, or suffer from any illness.

WARNING

WARNING – GENERAL SAFETY ADVICE

- Please read the instructions before use and retain for future reference.
- Ensure the trampoline has been assembled correctly, as per the instructions in the manual.
- It is essential that the intended site for this trampoline is completely flat and level. If the ground is un-level this will cause movement in the frame and could cause stress on the joined sections.
- DO NOT exceed the recommended maximum weight.
- DO NOT allow more than one person on the trampoline at a time.
- DO NOT wear glasses or helmets when using the trampoline.
- DO NOT fall or bounce on your knees, this can cause injury.
- DO NOT use the trampoline in wet or windy conditions.
- DO NOT somersault – this can cause serious injury.
- DO NOT allow other persons to go under, sit, stand or lie on the frame pads whilst the trampoline is in use.
- DO NOT use the trampoline when under the influence of alcohol, drugs or medication which may impair the jumper's judgement.
- ALWAYS wear socks when using the trampoline.
- ALWAYS remove jewelry before using the trampoline.
- ALWAYS jump in the middle of the trampoline bed.
- ALWAYS follow the safety warnings stated with your trampoline instructions in conjunction with using enclosure.
- Children MUST NEVER use the trampoline unless supervised by a responsible adult with knowledge of trampoline use.
- Before trampolining, inspect and replace any worn, defective or missing parts.
- Ensure the trampoline is on level ground with a minimum of 2.5M clear space around the sides, 8M clear height space above and that nothing is under the trampoline.
- Mount and dismount the trampoline with care as injury may result.
- Please read and refer to other warnings and use information in the instructions before use

Product analysis diagram



Part list

1.Trampoline x1



2.Protective case x1



3.Armrest bracket x2



4.Bracket link x2



5.Armrest cross x1



6.Leg tube x6



7.Pentagonal screw x2



8.Long pentagonal screw x2



9.Safety bolt x2



Installation steps



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4



Fig. 5

Step 1:

Place the trampoline on the floor in its folded position (Fig. 1), pull the left and right sides, so the trampoline is in a semi circle. Ensure the folding clamp stick is close to the ground (Fig. 2).

Step 2:

Secure one side of the trampoline, then open in the opposite direction. Keep fingers away from the folding points (Fig. 3). If equipped with a protective cover, put it on after the trampoline is opened. When opening, closing and storing, keep children and pets away. With at least two adults, assemble on a clean and dry surface.

Step 3:

Put the protective cover on the trampoline (Fig. 4)

Step 4:

Place it upside down, insert each bed foot into the frame and tighten (Fig. 5).



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

Step 5:

Pull out the silent foot plug or suction cup, put the support connecting rod on the two feet respectively (Fig. 6), then lock with triangle screws. When screwing the foot tube, hold it and not the support rod.

Step 6:

After connecting the handrail bracket with the cross bar, tighten with triangle screws (Fig. 7) and horizontally insert the connecting rod into the bracket, so it connects to the foot tube - lock it with pentagonal screws.

Step 7:

Installation is complete.(Fig. 8)

Ensure all steps are followed when installing this product to avoid damage.

Trampoline de yoga

FR



* Le poids maximum de l'utilisateur est de 100 kg

*** Veuillez vérifier que les pieds du trampoline sont solidement installés.**

IMPORTANT - CONSERVEZ CES INFORMATIONS
POUR VOTRE CONSULTATION ULTÉRIEURE: LISEZ ATTENTIVEMENT

MANUEL DE L'UTILISATEUR

Taille du produit : Ø102cm (Ø40")

Attention : Le trampoline doit être assemblé par un adulte selon les instructions de montage et inspecté avant la première utilisation.

Attention : Suivez les instructions du fabricant lorsque vous sautez avec ou sans chaussures.

Attention : Videz vos poches et vos mains avant de sauter.

Attention : Sautez toujours au milieu de la toile, pas sur les côtés.

Attention : Ne mangez pas en sautant.

Attention : Chaque saut ne doit pas dépasser 30 minutes, et au moins 10 minutes de repos sont nécessaires.

Attention : Assurez-vous de fermer le port du filet avant de sauter.

Les trampolines ne peuvent pas être enterrés.

Les trampolines ne doivent pas être installés sur du béton, de l'asphalte ou toute autre surface dure ou près d'éléments incompatibles (par exemple, piscines pour enfants, toboggans, structures d'escalade).

Toute modification apportée par le consommateur au trampoline d'origine (comme l'ajout d'accessoires) doit être effectuée conformément aux instructions du fabricant.

Instructions d'entretien

Pendant les mois d'hiver, la neige et les températures extrêmement basses peuvent endommager le trampoline. Il est recommandé de dégager la neige et de ranger la toile et la coque à l'intérieur.

Remplacez régulièrement les filets et les protections tous les ans et vérifiez si la structure est stable pour garantir la sécurité.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

1. Une mauvaise utilisation et un usage abusif de ce trampoline sont dangereux et peuvent entraîner des blessures graves.
2. Tous les exercices de type trampoline doivent être effectués avec le trampoline de fitness en position à plat.
3. Tous les acheteurs et toutes les personnes utilisant le trampoline de fitness doivent se familiariser avec les recommandations du fabricant concernant le montage, l'utilisation et l'entretien corrects du trampoline de fitness.
4. Le propriétaire et les superviseurs du trampoline sont responsables de sensibiliser tous les utilisateurs aux consignes de sécurité.
5. Placez le trampoline de fitness sur une surface plane avant de l'utiliser.
6. Inspectez votre trampoline fitness avant chaque utilisation. Assurez-vous que le coussin de sécurité est en place. Remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.
7. Le trampoline fitness n'est pas un jouet. Ne laissez pas les enfants jouer avec le trampoline. Gardez les jeunes enfants et les animaux domestiques à l'écart du trampoline à tout moment (y compris lors du montage).
8. Veillez à laisser un espace suffisant pour les plafonds, les plafonniers, les ventilateurs de plafond, les câbles et les branches d'arbre. Le fait de ne pas prévoir un espace suffisant en hauteur peut entraîner des blessures à la tête ou au cou.
9. Placez le trampoline fitness loin des murs, des structures, des clôtures, des aires de jeu, des meubles et des autres équipements d'exercice. Maintenez un espace libre de tous les côtés du trampoline. Retirez tous les obstacles situés sous le trampoline de fitness.
10. Une bonne adhérence est très importante lorsque vous utilisez le trampoline fitness. Les pieds nus sont acceptés mais nous recommandons de bonnes chaussures avec des semelles antidérapantes en caoutchouc.
11. Le Fitness Trampoline doit être utilisé par une seule personne à la fois.
12. N'essayez pas de faire des manœuvres de gymnastique ou d'acrobatie sur le trampoline de fitness. Utilisez le trampoline de fitness uniquement comme décrit dans ce manuel.
13. Rangez toujours le trampoline fitness à l'intérieur, dans un endroit sec, et assurez-vous que la surface du lit est toujours sèche avant de l'utiliser.
14. Sécurisez le trampoline fitness pour éviter toute utilisation non autorisée et non surveillée. Le Fitness Trampoline est réservé à un usage privé. L'utilisation publique ou semi-publique n'est pas autorisée.

AVERTISSEMENT : Avant de commencer tout programme d'exercice ou de conditionnement, vous devez consulter votre médecin pour savoir si vous avez besoin d'un examen physique complet. Ceci est particulièrement important si vous avez plus de 35 ans, si vous n'avez jamais fait d'exercice auparavant, si vous êtes enceinte ou si vous souffrez d'une maladie quelconque.

ATTENTION

AVERTISSEMENT - RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ

- Veuillez lire les instructions avant l'utilisation et les conserver pour vous y reporter ultérieurement.
- Assurez-vous que le trampoline a été monté correctement, conformément aux instructions du manuel.
- Il est essentiel que l'emplacement prévu pour ce trampoline soit complètement plat et de niveau. Si le sol n'est pas de niveau, le cadre bougera et les sections assemblées risquent de subir des contraintes.
- NE PAS dépasser la limite de POIDS MAXIMAL recommandée.
- N'autorisez pas plus d'une personne à la fois sur le trampoline.
- NE PORTEZ PAS de lunettes ou de casque lorsque vous utilisez le trampoline.
- NE PAS tomber ou rebondir sur les genoux, cela peut provoquer des blessures.
- N'utilisez PAS le trampoline dans des conditions humides ou venteuses.
- NE PAS faire de saut périlleux - cela peut provoquer des blessures graves.
- NE PAS permettre à d'autres personnes de passer sous le trampoline, de s'asseoir, de se tenir debout ou de s'allonger sur les coussins du cadre lorsque le trampoline est utilisé.
- NE PAS utiliser le trampoline sous l'influence de l'alcool, de drogues ou de médicaments qui peuvent altérer le jugement du sauteur.
- Portez TOUJOURS des chaussettes lorsque vous utilisez le trampoline.
- Enlevez TOUJOURS vos bijoux avant d'utiliser le trampoline.
- Sautez TOUJOURS au milieu du lit du trampoline.
- Respectez TOUJOURS les avertissements de sécurité indiqués dans les instructions de votre trampoline en même temps que l'utilisation de l'enceinte.
- Les enfants NE DOIVENT JAMAIS utiliser le trampoline sans être surveillés par un adulte responsable ayant des connaissances sur l'utilisation du trampoline.
- Avant de faire du trampoline, inspectez et remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.
- Assurez-vous que le trampoline se trouve sur un sol plat, avec un espace libre d'au moins 2,5 m sur les côtés et 8 m au-dessus, et que rien ne se trouve sous le trampoline.
- Montez et démontez le trampoline avec précaution car vous risquez de vous blesser.
- Veuillez lire et vous référer aux autres avertissements et informations d'utilisation dans les instructions avant l'utilisation.

Diagramme d'analyse du produit



Liste des pièces

1.Trampoline x1



2.Housse protectrice x1



3.Support de bras x2



4.Lien de support x2



5.Barre transversale du bras x1



6.Tube de jambe x6



7.Vis pentagonale x2



8.Longue vis pentagonalex2



9.Boulon de sécurité x2



Étapes d'installation



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4



Fig. 5

Étape 1 :

Placez le trampoline sur le sol dans sa position repliée (Fig. 1), tirez sur les côtés gauche et droit pour que le trampoline soit en demi-cercle. Assurez-vous que le dispositif de verrouillage est proche du sol (Fig. 2).

Étape 2 :

Fixez un côté du trampoline, puis ouvrez dans la direction opposée. Éloignez les doigts des points de pliage (Fig. 3). Si vous avez une housse de protection, mettez-la après l'ouverture du trampoline. Lors de l'ouverture, de la fermeture et du rangement, éloignez les enfants et les animaux domestiques. Avec au moins deux adultes, assemblez sur une surface propre et sèche.

Étape 3 :

Placez la housse de protection sur le trampoline (Fig. 4).

Étape 4 :

Retournez-le, insérez chaque pied de lit dans le cadre et serrez (Fig. 5).



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

Étape 5 :

Retirez le bouchon ou ventouse silencieux, placez la tige de connexion de soutien sur les deux pieds respectivement (Fig. 6), puis verrouillez avec des vis triangulaires. Lors du vissage du tube de pied, le tenir et non la tige de soutien.

Étape 6 :

Après avoir relié le support de barre de maintien à la barre transversale, serrez avec des vis triangulaires (Fig. 7) et insérez horizontalement la tige de connexion dans le support, de manière à ce qu'elle se connecte au tube de pied - verrouillez avec des vis pentagonales.

Étape 7 :

(Fig. 8) L'installation est terminée. (Fig. 9)

Assurez-vous de suivre toutes les étapes lors de l'installation de ce produit pour éviter les dommages.

Trampolín de yoga

ES



El peso máximo del usuario no puede exceder 100 Kg.

***Comprueba que las patas del trampolín estén firmemente instaladas.**

IMPORTANTE - CONSERVE ESTA INFORMACIÓN
PARA SU CONSULTA POSTERIOR: LEER DETALLADAMENTE

Dimensiones del producto: Ø102cm (Ø40")

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD Y USO

Atención: El trampolín debe ser ensamblado por un adulto según las instrucciones de montaje e inspeccionado antes del primer uso.

Atención: Siga las instrucciones del fabricante al saltar con/sin zapatos.

Atención: Vacíe sus bolsillos y manos antes de saltar.

Atención: Siempre salte en el centro de la lona, no en los lados.

Atención: No coma mientras salta.

Atención: Cada salto no debe exceder los 30 minutos, y se requiere un descanso de al menos 10 minutos.

Atención: Asegúrese de cerrar la abertura de la red antes de saltar.

Los trampolines no pueden ser enterrados.

Los trampolines no deben ser instalados sobre concreto, asfalto o cualquier otra superficie dura ni cerca de características incompatibles (por ejemplo, piscinas inflables, toboganes, estructuras de escalada).

Cualquier modificación realizada por el consumidor al trampolín original (como la adición de accesorios) debe hacerse de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

Durante los meses de invierno, la nieve y las temperaturas extremadamente bajas pueden dañar el trampolín. Se recomienda limpiar la nieve y almacenar la lona y la cubierta en interiores.

Reemplace las redes y almohadillas regularmente cada año, y verifique que la estructura sea estable para garantizar la seguridad.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

1. El mal uso o abuso del trampolín es muy peligroso y puede provocar lesiones graves.
2. Para hacer cualquier práctica del trampolín, siempre asegúrese de que el Trampolín de Fitness está en posición horizontal.
3. Todos los compradores y todos los usuarios que utilicen el Trampolín de Fitness deben familiarizarse con las recomendaciones del fabricante sobre la instalación, el uso y el mantenimiento adecuados del Trampolín de Fitness.
4. El propietario y los supervisores del trampolín son responsables de informar a todos los usuarios de las Instrucciones de seguridad.
5. Coloque el Trampolín de Fitness sobre una superficie nivelada antes de utilizarlo.
6. Inspeccione su Trampolín Fitness con cuidado antes de utilizarlo cada vez. Asegúrese de que la almohadilla de seguridad esté en su lugar. Reemplace las piezas gastadas, defectuosas o faltantes si sea necesario.
7. El Trampolín de Fitness no es un juguete. No permita que los niños lo utilicen. Mantenga a los niños pequeños y las mascotas alejados de él durante todo momento (incluido cuando realice el montaje).
8. Asegúrese de dejar suficiente espacio entre el Trampolín de Fitness y techos, luces de techo, ventiladores de techo, cables y ramas de árboles. Si no hay espacio libre suficiente, se puede causar lesiones en la cabeza o el cuello.
9. Coloque el Trampolín de Fitness lejos de paredes, estructuras, vallas, áreas de juego, muebles y otros equipos de ejercicio. Mantenga un espacio libre suficiente en alrededor del Trampolín de Fitness. Elimine todas las obstrucciones debajo del Trampolín de Fitness.
10. Una buena tracción es muy importante al utilizar el Trampolín de Fitness. Aunque se puede andar descalzo para utilizar el Trampolín de Fitness, se recomienda llevar calzado adecuado con suela antideslizante.
11. El Trampolín de Fitness solo puede ser utilizado por una sola persona a la vez.
12. No intente hacer ninguna maniobra gimnástica o acrobática en el Trampolín de Fitness. Utilícelo únicamente como lo que se describe en este manual.
13. Siempre guarde el Trampolín de Fitness en interiores y en un lugar seco, siempre asegúrese de que la superficie del Trampolín de Fitness esté seca antes de utilizarlo.
14. Asegúrese de que el Trampolín de Fitness no se utiliza sin autorización y sin supervisión. El Trampolín de Fitness se puede utilizar exclusivamente por el/la consumidor/a. No está permitido utilizarlo en ocasiones públicas o semipúblicas.

ADVERTENCIA: Antes de empezar cualquier programa de ejercicio o acondicionamiento, debe consultar con su médico personal para determinar si necesita un examen físico completo. Esto es muy importante si tiene más de 35 años, nunca ha hecho ejercicio antes, está embarazada o padece alguna enfermedad.



ADVERTENCIA

ADVERTENCIA - CONSEJOS GENERALES DE SEGURIDAD

- Lea todas las instrucciones antes de utilizar el Trampolín de Fitness y guárdelas bien para las referencias futuras.
- Asegúrese de que el Trampolín de Fitness se haya instalado de manera correcta de acuerdo con las instrucciones del manual.
- Es esencial asegurarse de que la superficie sobre la que se colocará el Trampolín de Fitness esté completamente nivelada y plana. Si la superficie no está nivelada, esto puede hacer que el marco se sacuda y provocar demasiado tensión en las secciones conectadas.
- El peso del usuario NO debe exceder el límite de PESO MÁXIMO recomendado.
- NO permita que más de una persona se suba al Trampolín de Fitness a la vez.
- NO use gafas o cascos al utilizar el Trampolín de Fitness.
- NO se caiga ni rebote sobre sus rodillas, de lo contrario, puede provocar lesiones.
- NO utilice el Trampolín de Fitness cuando hace viento o en condición húmeda.
- NO realice saltos mortales en el Trampolín de Fitness, de lo contrario, puede provocar lesiones graves.
- NO permita que otras personas pasen por debajo, se sienten, se paren o se acuesten sobre las almohadillas del marco del Trampolín de Fitness cuando alguien está utilizándolo.
- NO utilice el Trampolín de Fitness cuando esté bajo la influencia de alcohol, drogas o medicamentos que puedan afectar su juicio.
- SIEMPRE use calcetines para utilizar el Trampolín de Fitness.
- SIEMPRE quítese las joyas antes de utilizar el Trampolín de Fitness.
- SIEMPRE salte en el centro del Trampolín de Fitness.
- SIEMPRE siga las advertencias de seguridad indicadas en el manual de instrucciones de su trampolín y las advertencias sobre el uso del cerramiento.
- Los niños NUNCA DEBEN utilizar el Trampolín de Fitness a menos que estén supervisados por un adulto responsable con conocimiento sobre cómo utilizar el trampolín correctamente.
- Antes de utilizar el Trampolín de Fitness, inspeccione y reemplace cualquier pieza desgastada, defectuosa o faltante.
- Asegúrese de que el Trampolín de Fitness esté sobre una superficie nivelada y haya un espacio libre mínimo de 2,5 M alrededor del Trampolín de Fitness, un espacio libre de 8 M de altura por encima y que no haya ningún objeto debajo del Trampolín de Fitness.
- Súbase y bájese del Trampolín de Fitness con cuidado, de lo contrario, podría sufrir lesiones.
- Lea y consulte otras advertencias e información en las instrucciones antes de utilizar el Trampolín de Fitness.

Diagrama de análisis de producto



Lista de piezas

1.Trampolín x1



2.Funda protectora x1



3.Soporte de reposabrazos x2



4.Bracket link x2



5.Barra transversal x1



6.Tubo de la pata x6



7.Tornillo pentagonal x2



8.Tornillo largo pentagonal x2



9.Perno de seguridad x2



Pasos de instalación



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4



Fig. 5

Paso 1:

Coloca el trampolín en el suelo en su posición plegada (Fig. 1), tira de los lados izquierdo y derecho para que el trampolín quede en forma de semicírculo.

Asegúrate de que el dispositivo de sujeción plegable esté cerca del suelo (Fig. 2).

Paso 2:

Asegura un lado del trampolín y luego ábrelo en la dirección opuesta. Mantén los dedos alejados de los puntos de plegado (Fig. 3). Si está equipado con una cubierta de protección, colócala después de abrir el trampolín. Cuando se abre, se cierra y se guarda, mantén a los niños y las mascotas alejados. Con al menos dos adultos, ensámbalo en una superficie limpia y seca.

Paso 3:

Coloca la cubierta de protección en el trampolín (Fig. 4).

Paso 4:

Colócalo boca abajo, inserta cada pata de la cama en el marco y aprieta (Fig. 5).



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

Paso 5:

Saca el tapón del pie silencioso o ventosa, coloca la barra de conexión del soporte en los dos pies respectivamente (Fig. 6), luego asegúralos con tornillos triangulares. Al enroscar el tubo del pie, sujétalo y no la barra de soporte.

Paso 6:

Después de conectar el soporte del reposabrazos con la barra transversal, aprieta con tornillos triangulares (Fig. 7) e inserta horizontalmente la barra de conexión en el soporte, para que se conecte al tubo del pie; asegúralo con tornillos pentagonales.

Paso 7:

(Fig. 8) La instalación está completa. (Fig. 9)

Asegúrate de seguir todos los pasos al instalar este producto para evitar daños.

Yogatrampolin

DE



*Das maximale Benutzergewicht beträgt 100 kg.

***Bitte überprüfen Sie, ob die Beine des Trampolins fest installiert sind.**

WICHTIG - BITTE HEBEN SIE DIESE ANLEITUNG FÜR
EINE SPÄTERE BEZUGNAHME AUF: SORGFÄLTIG DURCHLESEN

MONTAGEANLEITUNG

Produktabmessungen: Ø102cm (Ø40")

SICHERHEITS- UND GEBRAUCHSANWEISUNGEN

Achtung: Das Trampolin muss von einem Erwachsenen gemäß der Montageanleitung zusammengebaut und vor der ersten Benutzung überprüft werden.

Achtung: Befolgen Sie die Anweisungen des Herstellers, wenn Sie mit/ohne Schuhe springen.

Achtung: Leeren Sie Ihre Taschen und Hände, bevor Sie springen.

Achtung: Springen Sie immer in der Mitte der Matte, nicht an den Seiten.

Achtung: Essen Sie nicht, während Sie springen.

Achtung: Jeder Sprung sollte 30 Minuten nicht überschreiten, und es ist eine Ruhezeit von mindestens 10 Minuten erforderlich.

Achtung: Stellen Sie sicher, dass die Netztür vor dem Springen geschlossen ist.

Trampoline dürfen nicht im Boden vergraben werden.

Trampoline sollten nicht auf Beton, Asphalt oder anderen harten Oberflächen oder in der Nähe von nicht kompatiblen Einrichtungen (z.B. Planschbecken, Rutschen, Kletterstrukturen) installiert werden.

Jegliche Modifikationen, die vom Verbraucher am ursprünglichen Trampolin vorgenommen werden (wie z.B. das Hinzufügen von Zubehör), müssen gemäß den Anweisungen des Herstellers erfolgen.

WARTUNGSANWEISUNGEN

Während der Wintermonate können Schnee und extrem niedrige Temperaturen das Trampolin beschädigen. Es wird empfohlen, den Schnee zu räumen und die Matte und Abdeckung im Innenbereich zu lagern.

Ersetzen Sie regelmäßig jedes Jahr die Netze und Polster und überprüfen Sie, ob die Struktur stabil ist, um Sicherheit zu gewährleisten.

SICHERHEITSHINWEISE

1. Fehlgebrauch und Missbrauch dieses Trampolins ist gefährlich und kann zu schweren Verletzungen führen.
2. Alle trampolinartigen Übungen müssen mit dem Fitnessstrampolin in der flachen Position durchgeführt werden.
3. Alle Käufer und alle Personen, die das Fitnessstrampolin benutzen, müssen sich mit den Empfehlungen des Herstellers für die ordnungsgemäße Montage, die Verwendung und die Pflege des Fitnessstrampolins vertraut machen.
4. Der Eigentümer und die Aufsichtspersonen des Trampolins sind dafür verantwortlich, alle Benutzer auf die Sicherheitshinweise aufmerksam zu machen.
5. Stellen Sie das Fitness-Trampolin vor der Verwendung auf eine ebene Fläche.
6. Überprüfen Sie Ihr Fitness-Trampolin vor jeder Verwendung. Stellen Sie sicher, dass das Sicherheitspolster an seinem Platz ist. Ersetzen Sie alle abgenutzten, defekten oder fehlenden Teile.
7. Das Fitness-Trampolin ist kein Spielzeug. Erlauben Sie Kindern nicht, das Fitness-Trampolin zu verwenden. Halten Sie kleine Kinder und Haustiere zu jeder Zeit vom Fitness-Trampolin fern (auch bei der Montage).
8. Stellen Sie sicher, dass es ausreichenden Abstand zu Decken, Deckenleuchten, Deckenventilatoren, Kabeln und Baumstämmen gibt. Ein unzureichender Abstand zum Kopf kann zu Kopf- oder Halsverletzungen führen.
9. Stellen Sie das Fitness-Trampolin nicht in der Nähe von Wänden, Bauwerken, Zäunen, Spielplätzen, Möbeln und anderen Trainingsgeräten auf. Halten Sie auf allen Seiten des Trampolins einen freien Raum ein. Entfernen Sie alle Hindernisse unter dem Fitnessstrampolin.
10. Eine gute Bodenhaftung ist bei der Benutzung des Fitnessstrampolins sehr wichtig. Nackte Füße sind akzeptabel, aber wir empfehlen gutes Schuhwerk mit rutschfesten Gummisohlen.
11. Das Fitness-Trampolin sollte immer nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
12. Versuchen Sie keine gymnastischen oder akrobatischen Manöver auf dem Fitness-Trampolin. Benutzen Sie das Fitness-Trampolin nur wie in diesem Handbuch beschrieben.
13. Lagern Sie das Fitness-Trampolin immer in einem trockenen Raum und stellen Sie sicher, dass die Oberfläche des Sprungtuchs vor der Benutzung immer trocken ist.
14. Sichern Sie das Fitness-Trampolin vor unbefugter und unbeaufsichtigter Verwendung. Das Fitness-Trampolin ist nur für die private Verwendung bestimmt. Eine öffentliche oder halböffentliche Verwendung ist nicht gestattet.

WARNUNG: Bevor Sie mit einem Trainings- oder Konditionierungsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren persönlichen Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie eine vollständige körperliche Untersuchung benötigen. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie über 35 Jahre alt sind, noch nie trainiert haben, schwanger sind oder an einer Krankheit leiden.

ACHTUNG

WARNUNG - ALLGEMEINE SICHERHEITSHINWEISE

- Bitte lesen Sie die Anweisungen vor der Verwendung und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
- Stellen Sie sicher, dass das Trampolin gemäß den Anweisungen in der Anleitung korrekt montiert wurde.
- Es ist wichtig, dass der vorgesehene Standort für dieses Trampolin vollkommen flach und eben ist. Wenn der Boden nicht eben ist, führt dies zu Bewegungen des Rahmens und kann zu Spannungen an den verbundenen Teilen führen.
- Überschreiten Sie NICHT das empfohlene HÖCHSTGEWICHT .
- Lassen Sie NICHT mehr als eine Person gleichzeitig auf dem Trampolin.
- Tragen Sie bei der Benutzung des Trampolins KEINE Brillen oder Helme.
- NICHT auf die Knie fallen oder hüpfen, dies kann zu Verletzungen führen.
- Benutzen Sie das Trampolin NICHT bei nassen oder windigen Bedingungen.
- Machen Sie KEINE Purzelbäume - dies kann zu schweren Verletzungen führen.
- Erlauben Sie anderen Personen NICHT, unter die Rahmenpolster zu gehen, darauf zu sitzen, zu stehen oder zu liegen, während das Trampolin in Verwendung ist.
- Verwenden Sie das Trampolin NICHT, wenn Sie unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder Medikamenten stehen, die das Urteilsvermögen des Springers beeinträchtigen können.
- Tragen Sie IMMER Socken, wenn Sie das Trampolin benutzen.
- Legen Sie IMMER den Schmuck ab, bevor Sie das Trampolin benutzen.
- Springen Sie IMMER in der Mitte des Trampolinsprungtuchs.
- Befolgen Sie IMMER die Sicherheitswarnungen, die in der Anleitung des Trampolins in Verbindung mit der Verwendung der Umrandung angegeben sind.
- Kinder dürfen das Trampolin NIEMALS verwenden, es sei denn, sie werden von einem verantwortlichen Erwachsenen mit Kenntnissen der Trampolinverwendung beaufsichtigt.
- Überprüfen Sie vor dem Trampolinspringen alle abgenutzten, defekten oder fehlenden Teile und ersetzen Sie diese.
- Stellen Sie sicher, dass das Trampolin auf ebenem Boden steht, mit einem Freiraum von mindestens 2,5 m an den Seiten und 8 m in der Höhe darüber, und dass sich nichts unter dem Trampolin befindet.
- Montieren und demontieren Sie das Trampolin mit Vorsicht, da es zu Verletzungen kommen kann.
- Bitte lesen und beachten Sie vor der Verwendung weitere Warnhinweise und Gebrauchsinformationen in den Anweisungen.

Produktanalyse-Diagramm



Teileliste

1.Trampolin x1



2.Schutzabdeckung x1



3.Armlehnenhalter x2



4.Halteklammer x2



5.Armlehnenkreuz x1



6.Beinrohr x6



7.Pentagon-Schraube x2



8.Lange Pentagon-Schraube x2



9.Sicherungsbolzen x2



Installationsanleitung

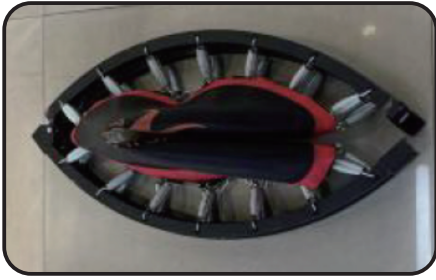


Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3



Abb. 4



Abb. 5

Schritt 1:

Platzieren Sie das Trampolin im zusammengeklappten Zustand auf dem Boden (Abb. 1), ziehen Sie dann die linken und rechten Seiten, sodass das Trampolin einen Halbkreis bildet. Stellen Sie sicher, dass die Klappklammer nah am Boden ist (Abb. 2).

Schritt 2:

Befestigen Sie eine Seite des Trampolins und öffnen Sie es in die entgegengesetzte Richtung. Halten Sie Ihre Finger von den Klappstellen fern (Abb. 3). Wenn eine Schutzabdeckung vorhanden ist, setzen Sie diese nach dem Öffnen des Trampolins auf. Halten Sie Kinder und Haustiere beim Öffnen, Schließen und Lagern fern. Montieren Sie das Trampolin mit mindestens zwei Erwachsenen auf einer sauberen und trockenen Oberfläche.

Schritt 3:

Setzen Sie die Schutzabdeckung auf das Trampolin (Abb. 4).

Schritt 4:

Legen Sie es verkehrt herum und stecken Sie jeden Bettfuß in den Rahmen und ziehen Sie ihn fest (Abb. 5).



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

Schritt 5:

Ziehen Sie den geräuschlosen Fußstopfen oder Saugnapf heraus, legen Sie die Stützverbindungsstange jeweils auf die beiden Füße (Abb. 6) und befestigen Sie sie dann mit Dreiecksschrauben. Halten Sie beim Eindrehen des Fußrohrs das Fußrohr und nicht die Stützstange fest.

Schritt 6:

Nachdem Sie den Armlehnenhalter mit der Querstange verbunden haben, ziehen Sie ihn mit Dreiecksschrauben fest (Abb. 7) und stecken Sie die Verbindungsstange horizontal in den Halter, sodass er mit dem Fußrohr verbunden ist - befestigen Sie ihn mit Pentagon-Schrauben.

Schritt 7:

Die Installation ist abgeschlossen (Abb. 9).

Stellen Sie sicher, dass Sie alle Schritte befolgen, um Beschädigungen bei der Installation dieses Produkts zu vermeiden.

Trampolino da yoga

IT



*Il peso massimo dell'utente è di 100 Kg

***Assicuratevi che le gambe del trampolino siano installate saldamente.**

IMPORTANTE - CONSERVARE QUESTE INFORMAZIONI
PER CONSULTARLE IN SEGUITO: LEGGERE ATTENTAMENTE

ISTRUZIONI DI ASSEMBLAGGIO

Dimensioni del prodotto: Ø102cm (Ø40")

ISTRUZIONI DI SICUREZZA E UTILIZZO

Attenzione: Il trampolino deve essere assemblato da un adulto secondo le istruzioni di montaggio e ispezionato prima del primo utilizzo.

Attenzione: Seguire le istruzioni del produttore quando si salta con/senza scarpe.

Attenzione: Svuotare le tasche e le mani prima di saltare.

Attenzione: Saltare sempre al centro del tappeto, non ai lati.

Attenzione: Non mangiare mentre si salta.

Attenzione: Ogni salto non deve superare i 30 minuti e sono necessari almeno 10 minuti di riposo.

Attenzione: Assicurarsi di chiudere l'apertura della rete prima di saltare.

I trampolini non possono essere interrati.

I trampolini non devono essere installati su cemento, asfalto o altre superfici dure o vicino a caratteristiche incompatibili (es. piscine gonfiabili, scivoli, strutture per arrampicarsi).

Qualsiasi modifica apportata dal consumatore al trampolino originale (come l'aggiunta di accessori) deve essere fatta secondo le istruzioni del produttore.

ISTRUZIONI PER LA MANUTENZIONE

Durante i mesi invernali, la neve e le temperature estremamente basse possono danneggiare il trampolino. Si consiglia di rimuovere la neve e di riporre il tappeto e la copertura all'interno.

Sostituire reti e rivestimenti regolarmente ogni anno, e verificare che la struttura sia stabile per garantire la sicurezza.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

1. L'uso incorretto e l'abuso di questo trampolino è pericoloso e può causare gravi lesioni personali.
 2. Tutte le sessioni di allenamento con il trampolino devono essere eseguite con il trampolino fitness in posizione piana.
 3. Tutti gli acquirenti e tutti gli utenti che utilizzano il trampolino fitness devono prima acquisire familiarità con le precauzioni del produttore per il montaggio, l'uso e la cura corretti del trampolino.
 4. Il proprietario e i responsabili del trampolino sono responsabili di informare tutti gli utenti rendendoli consapevoli delle Istruzioni di Sicurezza.
 5. Posizionare il trampolino fitness su una superficie in piano prima dell'uso.
 6. Ispeziona il trampolino fitness prima di ogni uso. Assicurarsi che il cuscinetto di sicurezza sia in posizione corretta. Sostituire le parti usurate, difettose o mancanti.
 7. Il trampolino fitness non è un giocattolo. Non consentire ai bambini di utilizzarlo. Tenere sempre i bambini piccoli e gli animali domestici lontano dal trampolino fitness (anche durante il montaggio).
 8. Assicurarsi di adibire uno spazio adeguato nel caso vi siano soffitti, plafoniere, ventilatori a soffitto, cavi e rami degli alberi. La mancanza di uno spazio sufficiente sopra la testa può provocare lesioni alla testa o al collo.
 9. Posizionare il trampolino fitness lontano da muri, strutture, recinzioni, aree di gioco, mobili e altre attrezzature sportive. Mantenere uno spazio libero su tutti i lati del trampolino. Rimuovere tutti gli ostacoli da sotto il trampolino fitness.
 10. Una buona trazione è molto importante utilizzando si utilizza il trampolino fitness.
- E' accettabile usarlo a piedi nudi, ma consigliamo buone calzature con soles in gomma antiscivolo.
11. Il trampolino fitness deve essere utilizzato da una sola persona alla volta.
 12. Non tentare alcuna manovra ginnica o acrobatica sul trampolino fitness. Utilizzare il trampolino fitness solo come indicato in questo manuale.
 13. Conservare sempre il trampolino fitness al chiuso in un luogo asciutto e assicurarsi che la superficie del materasso sia sempre asciutta prima dell'uso.
 14. Proteggere il trampolino fitness dall'uso non autorizzato e senza supervisione. Il trampolino è progettato solo per l'uso da parte dei proprietari. L'uso pubblico o semipubblico non è consentito.

AVVERTENZA: prima di iniziare qualsiasi esercizio o programma di allenamento, consultare il proprio medico personale per verificare se è necessario un esame fisico completo. Ciò è particolarmente importante se avete più di 35 anni, non vi siete mai allenati prima, siete incinta o soffrite di qualsiasi malattia.



AVVERTENZA

AVVERTENZA - PRECAUZIONI GENERALI PER LA SICUREZZA

- Leggere le istruzioni prima dell'uso e conservarle per riferimenti futuri.
- Assicurarsi che il trampolino sia stato montato correttamente, secondo le istruzioni contenute nel manuale.
- È essenziale che il sito previsto per l'assemblaggio di questo trampolino sia completamente in piano e livellato. Se il terreno non è in piano, ciò causerà instabilità nel telaio e potrebbe causare stress sulle sezioni montate.
- NON superare il limite di PESO MASSIMO consigliato.
- NON consentire a più di una persona alla volta di salire sul trampolino.
- NON indossare occhiali o caschi quando si utilizza il trampolino.
- NON cadere o rimbalzare sulle ginocchia, ciò può causare lesioni.
- NON utilizzare il trampolino in caso di pioggia o vento.
- NON fare capriole: ciò può causare gravi lesioni personali.
- NON permettere ad altre persone di andare sotto, sedersi, sostare in piedi o sdraiarsi sui cuscini del telaio mentre il trampolino è in uso.
- NON utilizzare il trampolino quando si è sotto l'influenza di alcol, droghe o farmaci che potrebbero compromettere la capacità di giudizio dell'utente.
- Indossare SEMPRE le calze quando si utilizza il trampolino.
- Rimuovere SEMPRE i gioielli prima di utilizzare il trampolino.
- SALTARE SEMPRE al centro del materasso del trampolino.
- Seguire SEMPRE le avvertenze di sicurezza indicate nelle istruzioni del trampolino e usare sempre la rete.
- I bambini NON DEVONO MAI usare il trampolino se non sotto la supervisione di un adulto loro responsabile e che ha familiarità con l'uso del trampolino.
- Prima di usare trampolino elastico, ispezionare e sostituire le parti usurate, difettose o mancanti.
- Assicurarsi che il trampolino si trovi su un terreno piano con uno spazio libero minimo di 2,5 M tutt'attorno, 8 M di spazio libero in altezza e che non ci sia nulla sotto il trampolino.
- Montare e smontare il trampolino con cura per evitare di procurarsi lesioni.
- Leggere e fare riferimento ad altre avvertenze e informazioni sull'uso contenute nelle istruzioni prima dell'uso.

Diagramma di analisi del prodotto



Elenco delle parti

1.Trampolin x1



2.Custodia protettiva x1



3.Staffa del bracciolo x2



4.Collegamento della staffa x2



5.Croce del bracciolo x1



6.Tubo della gamba x6



7.Vite pentagonale x2



8.Vite pentagonale lunga x2



9.Bullone di sicurezza x2



Passaggi di installazione



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

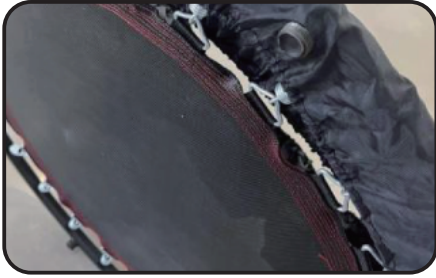


Fig. 4



Fig. 5

Passaggio 1:

Posiziona il trampolino sul pavimento nella sua posizione piegata (Fig. 1), tira i lati sinistro e destro, in modo che il trampolino sia in un semicircolo. Assicurati che il morsetto pieghevole sia vicino al suolo (Fig. 2).

Passaggio 2:

Fissa un lato del trampolino, quindi aprilo nella direzione opposta. Tieni le dita lontane dai punti di piegatura (Fig. 3). Se dotato di copertura protettiva, mettila dopo aver aperto il trampolino. Durante l'apertura, la chiusura e lo stoccaggio, tieni bambini e animali domestici lontani. Con almeno due adulti, assemblalo su una superficie pulita e asciutta.

Passaggio 3:

Metti la copertura protettiva sul trampolino (Fig. 4)

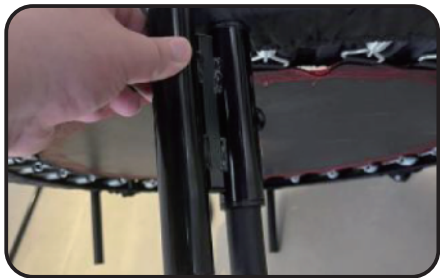


Fig. 6



Fig. 7

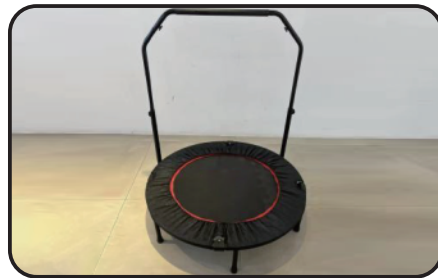


Fig. 8

Passaggio 4:

Posizionalo capovolto, inserisci ciascun piedino nel telaio e stringi (Fig. 5).

Passaggio 5:

Togli il tappo a piede silenzioso o la ventosa, metti l'asta di supporto sui due piedi rispettivamente (Fig. 6), poi blocca con le viti triangolari. Quando avviti il tubo della gamba, tienilo e non l'asta di supporto.

Passaggio 6:

Dopo aver collegato la staffa del bracciolo con la barra trasversale, stringi con le viti triangolari (Fig. 7) e inserisci orizzontalmente l'asta di collegamento nella staffa, in modo che si connetta al tubo della gamba - bloccalo con le viti pentagonali.

Passaggio 7:

L'installazione è completata. (Fig. 8)

Assicurati di seguire tutti i passaggi durante l'installazione di questo prodotto per evitare danni.

UK

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD
Unit 27, Perivale Park,
Horsenden lane South
Perivale, UB6 7RH
MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.
C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà,
Spain.
B66295775
atencioncliente@aosom.es
TEL: 931294512

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP :

MH France
2, rue Maurice Hartmann
92130 Issy-les-Moulineaux
France
Fabriqué en Chine

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente. Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L
C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETES DE BALENYÀ
TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)
INFO@AOSOM.PT

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-88307530



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH
Wendenstraße 309
D-20537 Hamburg
Germany

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti. I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

MADE IN CHINA

IMPORTATO DA/Produttore/REP:
AOSOM Italy srl
Centro Direzionale Milanofiori
Strada 1 Palazzo F1
20057 Assago (MI)
P.I.: 08567220960



FR

DONNEZ
OU
RECYCLEZ



ASSOCIATION

OU



LIVRAISON

OU



DÉCHÈTERIE

Adresses sur quefairedemesdechets.fr

Aosom